

# КИЇВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ БОРИСА ГРІНЧЕНКА УНІВЕРСИТЕТСЬКИЙ КОЛЕДЖ

## Циклова комісія викладачів фізичного виховання

**“ЗАТВЕРДЖУЮ”**

Проректор з науково-методичної та  
навчальної роботи

О.Б. Жильцов

“10” вересня 2014 року

## РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

### ІСТОРІЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

Галузі знань 0102 Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини

Спеціальність 5.01020101 Фізичне виховання

Київ – 2014 рік

Робоча програма "Історія фізичної культури" для студентів спеціальності "Фізичне виховання" галузі знань "Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини".  
"29" серпня 2014 року - 18с.

Розробники: Колоскова Надія Олексіївна, голова циклової викладачів фізичного виховання Університетського коледжу Київського університету імені Бориса Грінченка.

Робоча програма затверджена на засіданні циклової комісії викладачів фізичного виховання

Протокол від. " 28 "серпня 2014 року № 1

Голова циклової комісії викладачів фізичного виховання



(підпис)

( Колоскова Н.О.)


(прізвище та ініціали)

" 28 "серпня 2014 року

Розподіл годин звірено з робочим навчальним планом, структура типова

Заступник директора

з навчальної роботи



(С.І. Дем'яненко)

Заступник директора

з навчально-методичної роботи



(З.Л. Гейхман)

Схвалено методичною радою Університетського коледжу

Протокол від "05" вересня 2014 року №

"5" вересня 2014 року

Голова  (підпис)

( Братко М.В. )

(прізвище та ініціали)

## І. ОПИС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Найменування показників	Галузь знань, напрям підготовки, освітньо-кваліфікаційний рівень	Характеристика навчальної дисципліни
		денна форма навчання
Кількість кредитів – 1,5	Галузь знань 0102 «Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини»	Нормативна
Модулів – 1	Спеціальність (професійне спрямування): 5.01020101 «Фізичне виховання»	Рік підготовки: 4-й
Змістових модулів – 1		Семестр: 7
Індивідуальне науково-дослідне завдання : у відповідності до пункту 7		
Загальна кількість годин - 54		
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 2 самостійної роботи студента – 1,5	Освітньо-кваліфікаційний рівень: Молодший спеціаліст	Лекції : 12 год.
		Семінарські: 10 год.
		Модульна контрольна робота: 2год.
		Самостійна робота: 24 год.
		Індивідуальна робота: 6 год.
		Вид контролю: іспит

## **2. Мета та завдання навчальної дисципліни**

- **Мета:** формування системи знань щодо виникнення й розвитку засобів, форм, методів, ідей та теорій фізичного виховання та спорту
- розвиток професійної самосвідомості майбутніх фахівців
- виховання морально-етичних та ідейно-патріотичних переконань фахівця, причетності до світової історичної спадщини та традицій в галузі фізичної культури
- прищеплення фахівцям навичок наукового аналізу, спрямованих на забезпечення самостійного осмислення закономірностей історичного розвитку фізичної культури та спорту
- навчання практичних навичок роботи з історичною та науковою літературою, критичного осмислення документів та першоджерел

### **Завдання:**

- 1) прослідкувати загальні закономірності виникнення та розвитку фізичної культури і спорту з найдавніших часів до наших днів;
- 2) з наукової точки зору висвітлити процес розвитку фізичної культури і спорту на різних етапах існування людського суспільства;
- 3) вивчити історію становлення й розвитку гімнастики, ігор, спорту, ідей і теорій, форм організації та методів в області фізичного виховання.

У результаті вивчення дисципліни студенти повинні

### **знати:**

- еволюцію виникнення та розвитку засобів, форм, методів, ідей, теорій і систем фізичної культури та спорту;
- сукупність понять, принципів, закономірностей, фактів, гіпотез даного курсу;
- проблеми та перспективи розвитку фізичної культури і спорту.

### **вміти:**

- широко застосовувати теоретичні знання у своїй професійній діяльності;
- працювати з літературними, методичними, науковими першоджерелами для засвоєння матеріалу;
- використовувати досягнення науки та практики суміжних областей знань;
- застосовувати набуті знання у професійній діяльності, для орієнтації в сучасних тенденціях розвитку фізичної культури та спорту, оцінки спортивних явищ та подій.

### 3. Програма навчальної дисципліни

#### Змістовий модуль 1.

**Тема1.** Предмет історії фізичної культури. Фізична культура в первісному суспільстві та в стародавніх цивілізаціях.

**Тема2.** . Фізична культура Античної Греції та Риму.

**Тема3.** Фізична культура в період феодалізму та нової історії.

**Тема4.** Фізична культура на українських землях у 18-поч. 20 століттях.

Фізична культура і спорт в Україні з 1917 року до наших днів.

**Тема5.** Історія олімпійського та спортивних руху.

#### 4. Структура навчальної дисципліни

№ п/п	Назва модулів і тем	Кількість годин							
		Разом	Аудиторних	Лекцій	Практичних	Семінарських	Індивідуальна робота	Самостійна робота	Підсумковий контроль
Курс IV Змістовий модуль I.									
1.	Предмет історії фізичної культури. Фізична культура в первісному суспільстві та в стародавніх цивілізаціях.	9	4	2		2		5	
2.	Фізична культура Античної Греції та Риму.	11	6	2		2	2	5	
3.	Фізична культура в період феодалізму та нової історії.	9	4	2		2		5	
4.	Фізична культура на українських землях у 18-поч. 20 століттях. Фізична культура і спорт в Україні з 1917 року до наших днів.	13	8	2		4	2	5	
5	Історія олімпійського та спортивних руху.	10	6	2		2	2	4	
6.	П.К.	2	2						2
	Разом	54	30	10		12	6	24	2

### 5. Теми семінарських занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Фактори виникнення фізичної культури. Фізична культура в родовому суспільстві. Фізична культура в стародавніх цивілізаціях	2
2	Формування фізичної культури Античної Греції та Риму. Соціально-політичне значення Олімпійських ігор.	2
3	Соціально-економічне становище країн Західної Європи епохи Відродження. Відродження у сфері фізичної культури і спорту.	2
4	Фізична культура на українських землях у 18 – поч. 20 століттях.	2
5	Характеристика сучасного стану фізичного виховання і спорту в Світі та Україні. Створення МОК, НОК, структура та керівництво	4

### 6. Самостійна робота

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	Бали
1	Періодизація та джерела вивчення історії фізичної культури. Теорії походження фізичної культури. Особливості фізичної культури у країнах стародавнього Сходу та Америки.	5	5
2	. Спартанська та Афінська системи фізичного виховання. Зміст античної гімнастики. Роль фізичних вправ у давньоримських видовищах. Підготовка та виступи гладіаторів.	5	5
3	Лицарська система фізичного виховання. Особливості німецької, шведської, французької та сокільської систем фізичного виховання. Міжнародний скаутський рух.	5	5
4	Військово-фізична підготовка запорізького козацтва. Роль Івана Боберського в розвитку західно-українського спортивно-гімнастичного руху. Особливості проведення Всесоюзних спартакіад.	5	5
5	Життя та діяльність П'єра де Кубертена. Олімпійська символіка та атрибутика. “Ода спорту” та її гуманістична цінність. Перспективи розвитку сучасного міжнародного спортивного та олімпійського рухів	4	5
	Разом	24	25

#### IV. НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНА КАРТА ДИСЦИПЛІНИ «Історія фізичної культури»

**Разом: 108 год., лекції –10 год., семінарська робота – 12 год., індивідуальна робота – 6 год., самостійна робота – 24 год.  
підсумковий контроль – 2 год.**

Модулі	Назва модуля	Кількість балів за модуль	Теми лекцій	Теми семінарських занять	Теми практичних робіт	Самостійна робота	ІНДЗ	Види поточного контролю
<b>Змістовий модуль І</b>	<b>Історія фізичної культури.</b>	<b>141 бал</b>	1.Предмет історії фізичної культури. Фізична культура в первісному суспільстві та в стародавніх цивілізаціях.	Фактори виникнення фізичної культури. Фізична культура в родовому суспільстві. Фізична культура в стародавніх цивілізаціях		<b>25 балів</b>	<b>30 балів</b>	<b>Модульна контрольна робота 1 (25 балів)</b>
			2.Фізична культура Античної Греції та Риму.	Формування фізичної культури Античної Греції та Риму. Соціально-політичне значення Олімпійських ігор.				
			3.Фізична культура в період феодалізму та нової історії.	Соціально-економічне становище країн Західної Європи епохи Відродження. Відродження у сфері фізичної культури і спорту.				
			Фізична культура на українських землях у 18-поч. 20 століттях. Фізична культура і спорт в Україні з 1917 року до наших днів.	Фізична культура на українських землях у 18 – поч. 20 століттях.				
			Історія олімпійського та спортивних руху.	Характеристика сучасного стану фізичного виховання і спорту в Світі та Україні. Створення МОК, НОК, структура та керівництво				





## 7. Індивідуальні завдання

**Індивідуальна навчально-дослідна робота** є видом позааудиторної індивідуальної діяльності студента, результати якої використовуються у процесі вивчення програмового матеріалу навчальної дисципліни. Завершується виконання студентами ІНЗД прилюдним захистом навчального проекту.

**Індивідуальне навчально-дослідне завдання (ІНДЗ)** з курсу “Історія фізичної культури” – це вид науково-дослідної роботи студента, яка містить результати дослідницького пошуку, відображає певний рівень його навчальної компетентності.

**Мета ІНДЗ:** самостійне вивчення частини програмового матеріалу, систематизація, узагальнення, закріплення та практичне застосування знань із навчального курсу, удосконалення навичок самостійної навчально-пізнавальної діяльності.

**Зміст ІНДЗ:** завершена теоретична або практична робота у межах навчальної програми курсу, яка виконується на основі знань, умінь та навичок, отриманих під час лекційних, практичних занять і охоплює декілька тем або весь зміст навчального курсу.

### Структура ІНДЗ:

- вступ — тема, мета, завдання роботи та основні її положення;
- теоретичне обґрунтування — виклад базових теоретичних положень, законів, принципів, алгоритмів тощо, на основі яких виконується завдання;
- методи — вказуються і коротко характеризуються;
- основні результати роботи — подаються результати, презентація з теми, схеми, малюнки, моделі, описи, систематизована реферативна інформація та її аналіз;
- висновки;
- список використаної літератури;

### Порядок подання та захист ІНДЗ:

1. Звіт про виконання ІНДЗ подається у вигляді скріпленого (зшитого) реферату з титульною сторінкою стандартного зразка і внутрішнім наповненням із зазначенням усіх позицій змісту завдання (за об'ємом до 10 арк.) на сторінках формату А4.
2. ІНДЗ подається викладачу, який читає лекційний курс з даної дисципліни та приймає залік, не пізніше ніж за 2 тижні до заліку.
3. Оцінка за ІНДЗ виставляється на заключному занятті (практичному, семінарському) з курсу на основі попереднього ознайомлення викладача зі змістом. Можливий захист завдання шляхом усного звіту студента про виконану роботу з демонстрацією презентації засобами сучасних інтерактивних технологій.
4. Бали за ІНДЗ є обов'язковим компонентом і враховуються при виведенні загальної суми балів з навчального курсу.

### Критерії оцінювання ІНДЗ

№ п/п	Критерії оцінювання роботи	Максимальна кількість балів за кожним критерієм
1.	Обґрунтування актуальності, формулювання мети, завдань та визначення методів дослідження.	2 балів
2.	Виклад фактів, ідей, результатів досліджень в логічній послідовності. Аналіз сучасного стану дослідження проблеми, розгляд тенденцій подальшого розвитку даного питання.	8 балів
3.	Доказовість висновків, обґрунтованість власної позиції, пропозиції щодо розв'язання проблеми, визначення перспектив дослідження	8 балів
4.	Створення презентації та захист роботи.	8 балів
6.	Дотримання вимог щодо технічного оформлення структурних елементів роботи (титульний аркуш, презентація, план, вступ, основна частина, висновки, додатки (якщо вони є), список використаних джерел)	4 бали
<b>Разом</b>		<b>30 балів</b>

### Орієнтовна тематика індивідуально-дослідної роботи та практичних завдань:

1. Предмет історії фізичної культури, її зв'язок з іншими дисциплінами.
2. Фактори виникнення фізичної культури.
3. Фізична культура в родовому суспільстві.
4. Фізична культура стародавніх цивілізацій (Месопотамія, Єгипет, Індія, Китай).
5. Формування фізичної культури Античної Греції.
6. Соціально-політичне значення Олімпійських ігор.
7. Особливості розвитку фізичної культури в Стародавньому Римі.
8. Характеристика феодального ладу.
9. Фізична культура в період виникнення феодалізму.
10. Фізична культура рицарів. Фізична культура селян і міщан.
11. Соціально-економічне становище країн Західної Європи епохи Відродження.
12. Відродження у сфері фізичної культури і спорту.
13. Розвиток педагогічних ідей фізичного виховання в епоху Відродження (Я.А. Коменський, І. Меркуріаліс, Т. Мор, Т. Кампанелла).
14. Становлення і розвиток педагогічних основ буржуазної системи фізичного виховання (Дж. Локк, Ж.-Ж. Руссо, Й.Г. Песталоцці).
15. Становлення та розвиток національних систем фізичного виховання в Пруссії, Швеції та Франції. Виникнення та розвиток "сокольської" гімнастичної системи.

16. Гімнастика Жоржа Демені; система фізичної освіти П.Ф. Лесгафта.
17. Народна фізична культура в період Київської Русі.
18. Особливості народної фізичної культури українського народу.
19. Система військово-фізичної підготовки на Запорізькій Січі (XV-XVII т.)
20. Заснування та діяльність гімнастичного товариства "Сокіл".
21. Іван Боберський - батько української фізичної культури.
22. Ідейні засади та діяльність сокольського гімнастичного товариства "Січ".
23. Фізкультура і спорт на українських землях у складі Російської імперії.
24. Характеристика суспільно-політичного та соціального стану.
25. Видатні особистості про фізичне виховання.
26. Розвиток фізичної культури і спорту з 1917 р. до початку II світової війни.
27. Введення комплексу ГПО і Єдиної Спортивної класифікації.
28. Розвиток фізкультурно-масової і спортивної роботи в періоди з 1943 до 1960 рр. та з 1960 р. до 1990 р.
29. Характеристика сучасного стану фізичного виховання і спорту в Україні.
30. Створення НОК України, структура та керівництво.
31. Історія олімпійського та спортивних рухів в Україні.
32. Український студентський спортивний рух.
33. Україна на міжнародній спортивній та олімпійських аренах.
34. Розвиток спорту і створення міжнародних спортивних об'єднань у другій половині XIX - на початку XX століття.
35. Розвиток міжнародного олімпійського руху.
36. Барон П'єр де Кубертен. Хроніка Олімпіад від Афін до Стокгольму.
37. Олімпійські ігри і розвиток спорту між двома світовими війнами.
38. Ідеологічна боротьба в міжнародному спортивному русі.
39. Регіональні спортивні рухи та ігри в наші дні.
40. Хроніка Олімпійських ігор в післявоєнний період.

## **8. Методи навчання**

1. Пояснювально-ілюстративний метод.
2. Репродуктивний метод.
3. Дослідницький метод.
4. Метод проблемного викладу.
5. Евристичний метод.

## **9. Методи контролю**

1. Модульні контрольні роботи.
2. Тестові завдання.
3. Іспит.

### 10. Розподіл балів, які отримують студенти

Відвідування, практичні, самостійна робота та модульний контроль.						ІНДЗ	Іспит
Змістовий модуль 1						30	40
T1	T2	T3	T4	T5	ІМК		
17	17	17	18	17	25		
86					25	30	

**Всього балів: 141**

**Коефіцієнт: 2,35**

### Шкала оцінювання: національна та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		для екзамену, курсового проекту (роботи), практики	для заліку
90 – 100	<b>A</b>	відмінно	зараховано
82-89	<b>B</b>	добре	
75-81	<b>C</b>		
69-74	<b>D</b>	задовільно	
60-68	<b>E</b>		
35-59	<b>FX</b>	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання
0-34	<b>F</b>	незадовільно з обов’язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов’язковим повторним вивченням дисципліни

### 11. Методичне забезпечення

1. Навчальні посібники.
2. Конспекти лекцій.
3. Опорні конспекти для самостійного опрацювання.
4. Завдання для індивідуальних робіт та рекомендації до їх виконання.
5. Плани семінарських занять та рекомендації до їх підготовки.
6. Тестові завдання.
7. Завдання для модульних контрольних робіт.
8. Питання та методичні рекомендації для підготовки до іспиту.

## 12. Рекомендована література

1. Бистрова О.Н., Світ культури (основи культурології): Підручник для вузів/ О.Н.Бистрова. – Новосибірськ:ЮКЭА, 2002. – 712с.
2. Григоревич В.В., Загальна історія фізичної культури: Підручник/ В.В.Григоревич. – М.: Радянський спорт, 2008. – 228с.
3. Історія фізичної культури. Навчальний посібник/ Пангелова Н.Є. –К.:Освіта України, 2009р. -288с.
4. ГолощاپовБ.Р., Історія фізичної культури та спорту: Навчальний посібник. – М.: Видавничий центрВЛАДОС, 2005. – 312с.
5. Золоті сторінки олімпійського спорту України /За ред. І. Федоренка. - Київ: Національний олімпійський комітет України, Олімпійська література НУФВСУ, 2000.
6. Історія українського козацтва: нариси у 2-х т. / Редкол. В. А. Смолій та ін. - К: Вид. дім Києво-Могилянської академії, Т. 1. 2007. - 799с.
7. Історія українського козацтва: нариси у 2-х т. / Редкол. В. А. Смолій та ін. - К: Вид. дім Києво-Могилянської академії, Т. 2. 2007. - 723с.
8. Олимпийский спорт в 2-х кн. [Текст] : Учебник для студентов вузов физического и спорта. Кн.1 / В. Н. Платонов, С. И. Гуськов. - К. : Олимпийская литература, 1994. - 496с.
9. Пельменьев В.К., Конєва Є.В., історія фізичної культури: Навчальний посібник/В.К.Пельменев, Є. У, Конєва. – Калінінград: Видавничий центрВЛАДОС, 2005. – 312с.
10. Сто великих мифов и легенд [Текст] / Т. В. Муравьева. - М. : Вече, 2002. – 480с.
11. Сто великих олимпийских чемпионов [Текст] / Малов, Владимир Игоревич. - М. : Вече, 2006. - 480 с.
12. 50 знаменитых спортсменов Украины [Текст] / Очкурова, Оксана Юрьевна, Рудычева, Ирина Анатольевна, Ильченко, Александр Павлович. - Харьков : Фолио, 2004. - 511с.